

Viena-Leena Jurvelin

Osallistavat ja toiminnalliset työtavat lapsikuorossa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Musiikkipedagogi (AMK)

Musiikki

Opinnäytetyö

8.5.2015

Tekijä(t) Otsikko	Viena-Leena Jurvelin Osallistavat ja toiminnalliset työtavat lapsikuorossa
Sivumäärä Aika	31 sivua 8.5.2015
Tutkinto	Musiikkipedagogi (AMK)
Koulutusohjelma	Musiikki
Suuntautumisvaihtoehto	Varhaisiän musiikkikasvatus ja taiteen soveltava käyttö
Ohjaajat	MuT Annu Tuovila MuT Tapani Heikinheimo
<p>Esittelen opinnäytetyössäni osallistavia ja toiminnallisia työtapoja lapsikuorossa ja sitä, miten lapsikuoronjohtaja voi toimia hyvän yhteishengen edistäjänä kuoron harjoitustilanteissa. Varhaisiän musiikkikasvattajana olen oppinut runsaasti lasten kanssa toteutettavia yhteisöllisiä työtapoja, joita sovellan lapsikuoronjohtajan työssä.</p> <p>Lapsikuoronjohtaja tasapainoilee usein työssään kasvattajan ja muusikon roolin välillä. Lisäksi oman haasteensa työhön tuo ajankäyttö: lapsikuorot harjoittelevat yleensä vain tunnin tai kaksi kerrallaan. Kuoroharjoituksen aikana pitäisi ehtiä opettaa äänenkäytön perusteita, kehittää kuoron sointia ja kuuntelua, harjoituttaa ohjelmistoa esiintymisiä varten ja kaiken tämän lisäksi vielä huomioida lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen tukeminen. Sen vuoksi kuoroharjoituksissa ovat tärkeitä monipuoliset osallistavat harjoitteet, joiden avulla opitaan lapsille mielekkäällä tavalla sekä äänenkäytöllisiä asioita että ohjelmistoa.</p> <p>Työn aluksi tutustun lapsikuoroikäisen lapsen maailmaan ja 7–13-vuotiaiden lasten kehittymisen vaiheeseen. Tämän jälkeen perehdyn lapsen laulamisen perusteisiin ja tavoitteisiin, terveeseen äänenkäyttöön ja lapsilaulajille sopivaan ohjelmistoon. Seuraavaksi pohdin lapsikuoronjohtajan työnkuvaa, omia kokemuksiani kuorosta ja sitä, miten varhaisiän musiikkikasvatuksen työtapoja voi soveltaa lapsikuorotyössä.</p> <p>Tärkeä osa työtäni ovat esimerkit lapsikuorossa käyttämästäni osallistavista ja toiminnallisista työtavoista. Työtapoja kehitellessäni olen pyrkinyt ottamaan huomioon lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen tukemisen, monipuoliset oppimistyyliä ja kuoron yhteishengen parantamisen. Olennaista on myös kuoronjohtajan innostava esimerkki, heittäytyminen harjoittamistilanteessa, kuorolaisten arvostaminen ja heidän mielipiteidensä kuunteleminen.</p>	
Avainsanat	kuoro, lapset, musiikin oppiminen, laulaminen, kuoronjohto

Author Title	Viena-Leena Jurvelin Participatory and Functional Methods in Children Chorus
Number of Pages Date	31 pages 8 May 2015
Degree	Bachelor of Music
Degree Programme	Music
Specialisation Option	Early Childhood Music Education and Community Music
Supervisors	Annu Tuovila, DMus Tapani Heikinheimo, DMus
<p>In my thesis, I examine the use of participatory methods and learning-by-doing in a children chorus and how a choral conductor can foster group spirit in a rehearsal situation. As an early childhood music educator, I have learned a lot about participatory working methods which I use in my work as a conductor or a children's chorus.</p> <p>Working as a conductor of a children's chorus involves being an educator and musician at the same time. One of the challenges in this job is how to optimize time management. Children choruses usually rehearse only one or two hours at a time. During the rehearsal, the conductor should teach the basics of singing, develop the sound and listening skills of the chorus, rehearse repertoire for performance and on top of all of this, take special note of the holistic development of children. Therefore, it is important to use versatile participatory methods, which help children to learn the basics of vocal technique and choral music in a meaningful way.</p> <p>In the beginning of the study, I discuss the world of 7-13-year-old children and their phase of development. Then I introduce the basics and goals of children's singing, healthy vocal technique and repertoire suitable for young singers. After that, I reflect on the job description of a conductor of a children's chorus, my own experiences as a choral singer and how I can apply early childhood music education methods in children choruses.</p> <p>An important part of my study comprises of examples of participatory working methods and learning-by doing I have used in my own children choruses. When developing the working methods, I tried to pay attention to how to support the holistic development of children and improve the group spirit and also versatile ways of learning. It is also essential for the choral conductor to be an inspiring example, to become fully involved in the exercises and to show respect for member of the chorus and their own opinions.</p>	
Keywords	Chorus, choral conduction, children, learning music, singing

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Katsaus lapsikuorolaisen maailmaan	3
2.1	Sosiaalisten taitojen kehittyminen	3
2.2	Ryhmään kuuluminen	4
2.3	Leikki ja luovuus	5
2.4	Musiikillinen minäkäsitys	6
3	Lapset ja laulaminen	8
3.1	Lasten lauluopetuksen perusteita	8
3.1.1	Tavoitteena terve ja vapaa ääni	8
3.1.2	Kehollisuus	9
3.1.3	Resonanssi ja artikulaatio	10
3.2	Ohjelmisto	11
3.3	Lapsikuoro lapsen lauluharrastuksena	12
4	Varhaisiän musiikkikasvattaja lapsikuoron johtajana	13
4.1	Lapsikuoronjohtajan työnkuva	14
4.2	Varhaisiän musiikkikasvatuksen työtavat	15
4.3	Lapsilähtöisyys lapsikuorossa	16
5	Esimerkkejä osallistavista työtavoista lapsikuoroissa	17
5.1	Äänenkäytölliset harjoitukset	18
5.2	Tutustumisleikit ja ryhmäytymistä edistävät harjoitukset	22
5.3	Ohjelmiston harjoittaminen	25
5.4	Yhteenveto ja kehittämis ehdotukset	29
6	Pohdintaa	31
	Lähteet	32

## 1 Johdanto

Olin syksyllä 2013 uuden innostavan haasteen edessä: olin juuri perustanut kuorotoverini avustuksella Espoon nuorisokuoro Candominon yhteyteen lapsikuoro CandoMinin. Olin tätä ennen jo pitkään haaveillut työstä, jossa yhdistyisivät kuoromusiikki, laulaminen ja lasten parissa työskentely. Oman lapsikuoron perustaminen ja siihen sitoutuminen oli yksi iso askel kohti tätä haavetta. CandoMinin syntymisen jälkeen olen löytynyt muitakin töitä kuorojen parista, ja tällä hetkellä johdan neljää erilaista kuoroa, joista yksi on naiskuoro ja kolme lapsikuoroa. Kuorossa laulaminen on ollut itselleni rakas ja tärkeä harrastus kuusivuotiaasta lähtien. Lukioikäisenä lauloin parhaillaan kolmessa eri kuorossa samaan aikaan, eikä se tuntunut koskaan väsyttävältä tai ikävältä harrastukselta, päinvastoin. Aloittaessani kuoronjohtajana yksi tavoitteistani olikin välittää sitä rakkautta kuorolaulua kohtaan oppilailleni. Jos saisin yhdenkin laulajan tuntemaan sellaista iloa kuoroharrastuksesta kuin itse olen aikoinaan kokenut, olisin jo ylittänyt tavoitteeni.

Opinnäytetyöni aihe syntyi, kun aloin pohtia, miten voisin lapsikuoronjohtajan työssäni hyödyntää erityisesti osaamistani varhaisiän musiikkikasvattajana. Musiikkileikkikoulussa keskeisenä periaatteena on lapsen mahdollisuus musiikin kokonaisvaltaiseen kokemiseen ja elämyksiin ja lapsen kehityksen tukeminen musiikillisen keinoin. Varhaisiän musiikkikasvattajat käyttävät monipuolisesti erilaisia työtapoja ja yhdistävät musiikinopeutukseensa vaivattomasti laulua, loruttelua, liikettä, tanssia, kuuntelua ja soittamista. Olen opiskeluaikani tehnyt monta harjoittelua ja ollut mukana monenlaisissa projekteissa, joissa hyödynnämme varhaisiän musiikkikasvatuksen työtapoja, vaikeivat kohderyhmänä olekaan olleet pelkästään alle kouluikäiset lapset.

Lapsikuoronjohtajan työ on tavoitteellista musiikkikasvatusta, siinä tasapainoillaan kasvattajan ja muusikon roolin välillä. Kuoronjohtajan yksi suurista haasteista on ajankäyttö. Lapsikuorot harjoittelevat yleensä n. kerran viikossa, tunnin tai maksimissaan kaksi tuntia kerrallaan. Harjoituksen aikana pitäisi ehtiä pitää huolellinen äänenavaus, käydä läpi ohjelmistoa ja siinä sivussa opettaa ehkä vähän musiikin yleistietoutta, kuten musiikin historiaa ja teoriaa. Kappaleiden harjoittaminen tarkoittaa ensiksi eri stemmojen opettelua, sen jälkeen niiden sovittamista yhteen ja soinnin hiomista eri keinoin. Aina on liian vähän aikaa johonkin, ja jos yhteen asiaan syvenyy, ehditään toista vain raapaista. Miten kaiken tämän keskellä voitaisi ottaa huomioon vielä kuorolaisten kokema yhteisöllisyys ja ryhmäytyminen? Ohjelmiston eteneminen on aika hidasta, jos joka kuorokerralla

täytyisi käyttää varttitunti aikaa ryhmäytymisleikkeihin. Parasta olisi, jos johtaja voisi toteuttaa tavalliset ääniharjoitukset ja ohjelmiston harjoittamisen niin, että yhdessä tekeminen ja yksilöiden huomioiminen olisi aina läsnä. Tämän ei tarvitse kuitenkaan tarkoittaa sitä, että kuoroharrastus olisi vain pelkkää leikkiä ja lasten säännöillä pelaamista, vaan se voi olla myös kovaa työtä ja hyvinkin tavoitteellista toimintaa, joka tähtää korkeatasoisen musiikin esittämiseen. Luovuus ei ole vastakohta työn tekemiselle.

Tavoitteenani on, että lapsikuoro olisi yhteisöllinen ryhmä, jossa nautitaan yhdessä laulamista, oppimisesta, kehittymisestä ja haasteista. Koen, että työtavat, jossa lapsi on osallisena ja aktiivisena tekijänä, kasvattavat innostusta ja sitoutumista harrastusta kohtaan. Toiminnalliset ja luovat harjoitteet parantavat myös kuoron yhteishenkeä. Kun kuorossa on kaikilla hyvä ja turvallista olla ja ilmapiiri on salliva, niin kuoronjohtajalla on hyvät lähtökohdat toteuttaa myös taiteellisia ja musiikillisia tavoitteitaan kuoron kanssa. Kokonaisvaltaiset musiikkikasvatuksen työtavat eivät sulje pois korkealaatuisia musiikillisia tavoitteita.

Tavoitteena on saavuttaa oman toimintani myötävaikutuksella toimiva kuoroyhteisö, jolla on hyvät mahdollisuudet musiikillisten tavoitteiden toteuttamiseen. Kuorossa kaikilla olisi hyvä olla ja siellä nautitaan yhdessä oppimisesta, kehittymisestä ja haasteista. Toiminnalliset ja osallistavat työtavat edesauttavat sitä, että jokainen lapsi kokee olevansa tärkeä osa ryhmää ja näin ollen sitoutuu ryhmään ja sen tavoitteisiin paremmin. Opetus ei tapahdu pelkästään opettajalta oppilaalle, vaan jokainen kuorolainen toimii myös opettajana ryhmässä vertaisilleen. Kuorolaulu tarjoaa lapsille parhaillaan kokonaisvaltaista musiikkikasvatusta ja elämyksiä, jotka kantavat läpi elämän.

Työn teoriaosuudessa tutustun lapsikuoroikäisen lapsen maailmaan ja kehitykseen eri osa-alueilla. Omissa lapsikuoroissani laulajia on kuusivuotiaista kuusitoistavuotiaisiin, mutta olen rajannut työssäni ikäryhmän 7-13-vuotiaisiin, kouluikäisiin lapsiin. Kouluiässä lapsi kasvaa ja kehittyy paljon ja ajanjaksoa leimaa vahvasti innokas oppimisen halu. Kuorolaulun kannalta tämä ikä on siis hedelmällistä maaperää. Käsittelen myös lasten laulamista pääosin opetuksen näkökulmasta, eli siitä, miten sitä kannattaisi lapsille opettaa. Oletan, että tämän työn lukijalla äänenkäytön perusteet ovat jo tiedossa.

Neljännessä luvussa pohdin lapsikuoron johtajan työnkuvaa ja sitä, miten varhaisiän musiikkikasvatuksen työtapoja voisi soveltaa lapsikuorotyössä. Viidennessä luvussa on esimerkkejä kehittämistäni työtapojen sovellutuksista, joita olen kokeillut kuorojeni kanssa. Lopuksi pohdin työni merkitystä itselleni ammatillisen kehitykseni näkökulmasta.

## 2 Katsaus lapsikuorolaisen maailmaan

Lapsikuorolaiset ovat yleensä iältään 7-13-vuotiaita. Tässä iässä lapsi kasvaa ja kehittyy paljon ja on aktiivinen liikkuja ja innokas oppija. Looginen ajattelu ja muisti kehittyvät, 10-vuotiaan muisti on jo aikuisen tasolla (Vilkko-Riihelä & Laine 2005, 86-87). Tähän ikään kuuluu yleensä vahvasti lapsen liikkuminen, voimakas tiedonhalu, nopea oppiminen, monenlaiset pelit ja leikit sekä mielikuvat. Koska taitoja on jo paljon, täytyy lapselle tarjota mahdollisuuksia haastaa itseänsä kaikilla eri osaamisalueilla.

Lapsi kehittyy fyysisesti monin tavoin: kehon hallinta ja motoriikka kehittyvät, liikkeiden koordinointi ja kehonhallinta paranevat. Lapsi oppii monia uusia motorisia taitoja ja nauttii niistä. Myös hienomotoriset taidot kehittyvät huomattavasti ja noin 11-12 vuoden iässä hienomotoriikka on jo lähes aikuisen tasolla. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 134-135.) Kouluikäinen lapsi ymmärtää kehoaan ja sen mahdollisuuksia kokoajan paremmin ja harrastaa innokkaasti lähes kaikkia liikuntamuotoja (Vilkko-Riihelä & Laine 2005, 86).

Kouluikäisen lapsen tiedonhalu on suuri ja uusien asioiden ja taitojen oppiminen tuottavat lapselle iloa. Kognitiiviset taidot kehittyvät koko ajan arkipäiväisissä vuorovaikutustilanteissa kotona, koulussa ja tovereiden seurassa. Kyky keskittyä pitkäjänteisesti asioihin kehittyy ja lapsi oppii säätelemään omaa toimintaansa ja tunteitaan ja asettamaan itselleen tavoitteita. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 136, 140.)

### 2.1 Sosiaalisten taitojen kehittyminen

Lapsen vuorovaikutustaitojen oppiminen alkaa jo syntymästä: ensimmäiset vuorovaikutuskokemukset syntyvät yhdessä perheen ja hoitajan kanssa. Pienelle lapselle on hyvin tärkeää saada paljon positiivisia kokemuksia vuorovaikutuksesta aikuisten kanssa, sillä varhaiset kokemukset antavat eväät muulle kommunikoinnin oppimiselle. Palkitsevat kokemukset vuorovaikutuksesta auttavat lapsen minäkuvan ja itseluottamuksen kehittymistä. (Kauppila 2000, 134.) Musiikin liittäminen varhaiseen vuorovaikutukseen voi toimia myös lapsen kiintymyssuhteiden myönteisenä vahvistajana (Ruokonen, 2001, 120).

Kouluiässä lapsen sosiaaliset suhteet laajenevat ja hän viettää aiempaa enemmän aikaa ystäviensä ja koulutovereidensa kanssa. Kavereilta ja vertaisilta saatu palaute, ryhmään kuuluminen ja hyväksytyksi tuleminen ovat tärkeitä kouluikäiselle. Ystävyyssuhteet toi-

mivat lapsen elämässä sekä sosiaalisena että kognitiivisena voimavarana. Lapset käyvät todetusti monet kehityshaasteet helpommin läpi, jos heillä on ystäviä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 154-157.) Vaikka perheen merkitys ainoana vaikutteiden antajana vähenee kouluiässä, on perhe silti hyvin tärkeä ja kouluikäinen lapsi tarvitsee vielä paljon aikuisen tukea ja huolenpitoa (Vilkko-Riihelä & Laine 2005, 94).

Musiikkiharrastus voi vaikuttaa positiivisesti lapsen sosiaaliseen kehitykseen. Kalevi Aho referoi Peda.Net-sivustolla artikkelissaan saksalaisen Hans Günther Bastianin kahdeksan vuotta kestänyttä tutkimusta, jossa tutkittiin miten yhteissoitto ja musisointi vaikuttavat lapsen henkiseen kehitykseen. Tutkimukseen osallistui seitsemän koulua, joissa viidellä oli käytössä ensimmäiseltä luokalta alkava musiikkipainotteinen koulutusohjelma ja kahdella tavallinen tietoaaineisiin painottuva oppijärjestelmä. Tulokset olivat sensaatio- maiset etenkin lapsen sosiaalisen kehityksen kannalta. Musiikkiluokissa oli tutkimusjakson lopulla selvästi vähemmän muiden lasten luokkayhteisöstä syrjäyttämiä ja kouluyhteisöön vain vaikeasti sopeutuvia lapsia kuin soittoa harrastamattomissa luokissa. Yhteismusisointia ja musiikkia opiskelleilla lapsilla oli kypsempi sosiaalinen arvostelukyky, he kykenivät ottamaan paremmin opikseen kokemuksistaan, ja he pohtivat kypsemmin sosiaalisia syys-seuraus-yhteyksiä, he tulivat suvaitsemaisemmiksi ja he kykenivät paremmin selviytymään arkipäivän eri ristiriitaisista tilanteista. (Aho, Musiikin harrastaminen ja lapsen kehitys.)

## 2.2 Ryhmään kuuluminen

Kouluiässä lapselle erilaiset ryhmät ja niihin kuuluminen ovat hyvin tärkeitä. Vertaisryhmät, kuten koululuokka ja harrastuspiirit, tukevat persoonallisuuden ja itsetunnon kehitystä. Harrastuksissa solmitaan ystävyys-suhteita ja saadaan onnistumisen kokemuksia. Jokainen lapsi tarvitsee yhteisön, jossa hänen panoksensa on tärkeä ja arvokas ja jossa hänen mielipidettensä kuunnellaan.

Lapsi kuuluu vauvasta saakka johonkin ryhmään, joita ovat mm. perhe, harrastuspiirit ja kaverit. Ryhmään kuuluva yksilö suhteuttaa itseään kaikkeen ympärillä olevaan ja tapahtuvaan. On tärkeää, että yksilö voi kokea olonsa turvalliseksi ryhmässä. Turvallisen ryhmän viisi peruselementtiä ovat luottamus, hyväksyntä, haavoittuvaksi altistuminen, tuen antaminen ja sitoutuminen. Kun ryhmässä vallitsee luottamuksellinen, hyväksyvä ilma-



piiri, joka sallii epäonnistumiset ja virheet, on ryhmässä hyvä ja turvallista olla. Turvallinen ryhmä on myös edellytys oppimiselle, mielipiteiden ilmaisulle ja luovalle toiminnalle. (Lähteenmäki 2007, 9.)

Toimivassa ryhmässä jäsenet ovat sitoutuneita ryhmän tavoitteisiin ja toimintaan. Jos kuorossa jäsenet eivät ole sitoutuneet toimintaan, on tavoitteellinen työskentely haasteellista. Lasten kohdalla harrastukseen sitoutumista edesauttaa paljon myös vanhempien asenne ja suhtautuminen harrastusta kohtaan. Lapsella ei ole välttämättä vielä valmiuksia sitoutua pitkäjänteiseen harrastamiseen, joten vanhempien tuella on suuri merkitys. Oma vastuunsa on myös ryhmän vetäjällä, joka voi vaikuttaa paljon siihen, millainen ilmapiiri ryhmässä vallitsee. Kun lapsi viihtyy kuorossa ja nauttii yhdessä laulamista ja onnistumisesta, hän osallistuu harjoituksiin mielellään. Perinteisten tutustumisleikkien lisäksi kuoronjohtajan kannattaa panostaa ryhmän yhteishenkeen myös tavanomaisissa harjoitustilanteissa. Osallistavat ja toiminnalliset harjoitteet, joissa lapset pääsevät toteuttamaan itseään monipuolisesti ja saavat äänensä kuuluville, voivat olla avainasemassa ryhmäytymisen ja ryhmän turvallisuuden kannalta. Hyvä yhteishenki ei synny itsestään, vaan sen eteen on tehtävä töitä. Myöhemmin esittelemissäni työtaivoissa käsitelläänkin ryhmäyttäviä harjoituksia, joita voi myös ohjelmiston opetteluun tukena.

### 2.3 Leikki ja luovuus

Leikki kuuluu kaikille. Usein leikki nähdään hyvin pienten lasten toimintana, mutta ihminen leikkii kuitenkin koko ikänsä. Esimerkiksi tanssi, pelit, urheilu, draama ja muut taidet ovat tärkeä osa aikuisten vapaa-ajan viettoa ja kulttuuria. Leikillä on myös tärkeä merkitys kouluikäisen lapsen elämässä. Todellinen oppiminen lähtee innostuksesta ja ilosta. Leikin avulla opettaja voi helposti saada lasten huomion kiinnitettyä opetettavan asian ytimeen tai kerrata jotain jo opittua asiaa. (Helenius & Lummelahti 2013, 213, 215).

*"Emme lopeta leikkimistä sen johdosta, että vanhenemme - vanhenemme, koska lopettamme leikkimisen." Herbert Spencer*

Vanhempien ja muun lähipiirin, kuten luokkatovereiden, opettajien ja koulun ulkopuolisten kavereiden asenteet vaikuttavat erityisesti lapsuudessa ja peruskouluvaiheissa. Ryhmän normeihin mukautuminen saa lapset ja etenkin nuoret peittämään todellisia mieltymyksiään. (Ahonen 2004, 147.) Muistan omasta lapsuudestani, että jossain vaiheessa

kouluikä leikkiminen muuttui noloksi asiaksi. Ei esimerkiksi kannattanut kertoa koulussa kavereille, jos leikki vielä nukeilla. Samaa näen myös välillä omissa oppilaissani. Koenkin tärkeänä sen, että lapsella on harrastuksia, joissa leikkiminen on sosiaalisesti hyväksyttyä vielä vähän vanhempanakin. Lapsikuorossa johtajalla onkin hyvä tilaisuus antaa leikille ja leikkimielisyydelle tilaa esimerkiksi ääniharjoituksissa.

Luovuutta on jokaisessa ihmisessä ja käyttäessä se kasvaa ja lisääntyy. Mielikuvitus ja mielikuvat ovat luovan toiminnan alku, sillä ihminen käyttää mielikuvitustaan koko ajan. Oppiminen tehostuu luovissa toiminnoissa, koska usein niissä tulee vastaan sellaisia epävarmuustekijöitä, jotka ovat yleisiä tosielämän ongelmanratkaisutilanteissa, mutta jotka voivat jäädä kokonaan pois suoraviivaisesti etenevässä opetuksessa. Luovat harjoitteet mahdollistavat ilmaisullisten ja tulkinnallisten taitojen kehittämisen ja kehittävät itsenäistä musiikillista ajattelua. (Ahonen 2004, 168.)

Lapsikuorossa luovien harjoitusten, mielikuvien ja leikin käyttö syventävät ilmaisua ja antavat kuorolaisille uusia näkökulmia harjoitettaviin asioihin. Kuoronjohtajan kannattaa hyödyntää myös lasten luovuutta esimerkiksi ääniharjoitusten keksimisessä, ohjelmiston tai konsertin teeman suunnittelussa tai koreografioiden ideoinnissa. Kehitellessäni omia työtapojani lapsikuoron harjoittamiseen olenkin saanut suurta apua lapsilta itseltään. Esimerkiksi yksi luvussa viisi esitellyistä harjoituksista, ”peikkohyppely”, sai alkunsa spontaanista lapsen huudahduksesta kuoron harjoitustilanteesta.

## 2.4 Musiikillinen minäkäsitys

Musiikillinen minäkäsitys käsitetään osaksi yleistä minäkäsitystä. Musiikillisella minäkäsityksellä tarkoitetaan yksilön tietoista, subjektiivista käsitystä ominaisuuksistaan, toiminnastaan ja edellytyksistään musiikillisessa kontekstissa. Musiikillinen minäkäsitys syntyy vuorovaikutuksessa yksilön ja ympäristön välillä. Ympäristön merkitys minäkäsityksen muodostumisessa voi olla joko positiiviseen tai negatiiviseen suuntaan vahvistava. Jos lapsella on myönteinen musiikillinen minäkuva, hän luottaa itseensä ja toimintakykyynsä musiikillisissa vuorovaikutustilanteissa, ja jos musiikillinen minäkäsitys on kielteinen, voi lapsi kokea itsensä ei-hyväksytyksi ja kelpaamattomaksi. Musiikillinen minäkuva voi muuttua uusien kokemusten myötä. (Anttila & Juvonen 2002, 56.)

Jos musiikin opiskelu koetaan mielekkääksi, myös lapsen musiikillinen minäkäsitys on myönteinen. Tärkeitä teemoja myönteisen minäkokemusten ja oppimishalukkuuden kannalta ovat myös opettajien ja vanhempien kannustus ja ikätovereilta saatu palaute. (Tuovila 2003, 50)

Musiikillisesta minäkäsityksestä voidaan erottaa kolme pääulottuvuutta:

1. tiedostettu musiikillinen minäkäsitys (millainen kokee olevansa),
2. musiikillinen ihanneminäkäsitys (millainen haluaisi olla),
3. musiikillinen toveriminäkäsitys (millaisena uskoo muiden havaitsevan hänet).

Tiedostetun musiikillisen minäkäsityksen rinnalla vaikuttaa ihanneminäkäsitys: kuva siitä musiikillisesta minästä, jota yksilö tavoittelee. Musiikillinen ihanneminäkäsitys kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Musiikillinen toveriminäkäsitys puolestaan muodostuu vähitellen yksilön alkaessa hahmottaa, millaisena ympäristön tärkeät ihmiset hänet kokevat. Ympäristöltä saatu palaute vaikuttaa osaltaan musiikillisen minäkäsityksen muodostumiseen, joten musiikillisella toveriminäkäsityksellä on suora yhteys yksilön omaan musiikilliseen minäkäsitykseen. (Anttila & Juvonen 2002, 56-57.)

Yksilön musiikillinen itsearvostus perustuu musiikilliseen ihanneminäkäsitykseen. Onnistumiset vahvistavat musiikillista itsearvostusta, epäonnistumiset taas heikentävät sitä. Yksilön musiikillista toimintaa ja oppimista saattaa hankaloittaa ristiriita musiikillisen ihanneminäkäsityksen ja tiedostetun musiikillisen minäkäsityksen välillä. Jos ristiriita kasvaa liian suureksi, voi yksilö asettaa itselleen liian korkeat tavoitteet, joka voi taas vaikeuttaa esimerkiksi oppimista. Paras tilanne on sellainen, jossa tiedostetun musiikillisen minäkäsityksen ja musiikillisen ihanneminäkäsityksen välinen ristiriita ei muodostu liian suureksi. Tämän tasapainon ylläpitämisessä voi opettajan rooli muodostua suureksi palautteen antajana ja tehtäväsuoritusten vaikeusasteen arvioijana. (Anttila & Juvonen, 58)

Ihanneminä ja minäkäsitys toimivat kehitystä eteenpäin vievänä voimana. Kouluikäinen on herkkä suhteessa omiin heikkouksiin ja hän on altis huonommuuden tunteille. Lapsuudessa saatu kannustus ja tuki sekä myönteinen minäkäsitys ovat lapselle voimavara uusissa kehityshaasteissa, erityisesti tulevaisuuden nuoruusiän paineissa. Kouluikäinen tarvitsee sekä ihanteita että vertaamista toisiin oman minäkäsityksen kehittymiseksi. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 148.)

Musiikkiharrastuksissa, kuten kuorossa saadut kokemukset muokkaavat lapsen musiikillista minäkäsitystä. Sitoutuminen harrastukseen riippuu siitä, millaista musiikillinen vuorovaikutus on kuoroyhteisössä ympäristön ja ihmisten kanssa. Positiiviset kokemukset kannustavat lasta sitoutumaan harrastukseen. (Anttila & Juvonen 2002, 31, 58.)

### 3 Lapset ja laulaminen

Laulamisen peruseriaatteen ovat samat kaikenikäisille ihmisille, lapsien ja aikuisten ääntuotannossa ei ole toiminnallisia tai rakenteellisia eroja. (Pihkanen, 2011a, 9). Ääniharjoitukset aikuisille ja lapsille voivat olla samoja, mutta on hyvä tiedostaa, ettei lapsen ei ole tarkoitus kuulostaa aikuiselta. Lasten ääntä verrataan usein naisääneen, mutta todellisuudessa lapsen ääni soi noin kvartin korkeammalta. (Koistinen 2003, 95.) Lapsen laulunopetuksen pitäisi tähdätä siihen, että lapsi saa ilmaista itseään musiikin avulla ja saa iloa laulamistaan. Lapsille ei pitäisi opettaa äänenmuodostusta, vaan kertoa oikeanlaisesta hengitystavasta, hyvästä artikulaatiosta eli tekstistä ja siitä, miten laulaminen olisi mahdollisimman helppoa. Lasten lauluopetuksen olisi hyvä olla vapaa kaikista tyyli- ja lajiluokituksesta, opetuksen tulisi tarjota hyvät valmiudet mille tahansa laulun tyyli- ja lajilajille. (Tenkanen-Lindeman 2014, 63.) Lasten laulamista voidaan opettaa terveellisellä tavalla kaikissa musiikkityyleissä (Pihkanen 2011b, 8).

#### 3.1 Lasten lauluopetuksen perusteita

Laulamisen ja äänenkäytön ohjaus voidaan aloittaa jo varhain. Pieniä lapsia opetettaessa opetuksen olisi hyvä olla leikinomaista ja siinä tulisi käyttää paljon mielikuvia. Ääniharjoitusten tarpeellisuus motivoidaan liittämällä ne opeteltaviin lauluihin aina kun mahdollista. Äänielimistön toimintaa tarvitsee selittää vain niin paljon kuin se on välttämätöntä harjoitusten ymmärtämiseksi. (Linnankivi, Tenkku & Urho 1988, 157). Oman kokemukseni mukaan pienille lapsille ei äänielimistön toiminnasta tarvitse puhua juuri lainkaan, mutta hiukan vanhemmille lapsilaulajille se on joskus tarpeellista, että he ymmärtävät harjoitusten todellisen tarkoituksen.

##### 3.1.1 Tavoitteena terve ja vapaa ääni

Laulunopetuksessa pyritään terveeseen ja vapaaseen ääneen. Vapaa ääni syntyy pehmeästi hengityksessä eikä äänen tuottamiseen pitäisi käyttää lainkaan puristusta, jännitystä tai voimaa. (Koistinen 2003, 11.) Terveen, kauniin ja luonnollisen äänenkäytön

perustana niin puheessa kuin laulussakin on rentous, oikea hengitystapa ja oikea äänenkäyttö, johon kuuluvat liikkuva pallea, taito käyttää resonanssia ja huolellinen artikulaatio, sekä äänteiden muodostaminen (Linnankivi, Tenkku & Urho 1988, 147). Oikeanlaisen ja luontevan äänenkäyttötavan löytäminen vaatii oman instrumenttinsa hyvää tuntemista.

Ihminen laulaa koko persoonallisuudellaan, ei vain äänellään. Ääni on elävän kokonaisuuden osa. Laulamissa on kysymys sekä fyysisestä että psyykkisestä tapahtumisesta, siksi äänenmuodostuksen opettaminen ei voi kohdistua vain äänielimistöön, vaan koko ihmiseen. Opettajan tulee varoa, ettei hän opetuksellaan tai ääniharjoituksillaan vahingoita oppilaansa kehityksessä olevaa arkaa ja herkkää ääntöelimistöä. On tärkeää, että opettajan oma äänenkäyttö kelpaa esimerkiksi. (Linnankivi, Tenkku & Urho 1988, 144.) Hänen on kuitenkin hyvä tiedostaa aikuisäänen erilaisuus lapsiäänen verrattuna ja selventää sitä myös lapsille. Myös äänellisesti hyvin kehittyneitä lapsilaulajien ikätoveria voisi käyttää lauluäänimallin antajana (Pihkanen 2011b, 17).

Lapsen pitää tietää, miksi erilaisia ääniharjoituksia tehdään. Vaikka opetuksessa on hyvä käyttää mahdollisimman paljon erilaisia mielikuvia, niin välillä on hyvä kertoa, että mitä harjoituksilla haetaan takaa. Tärkeintä ääniharjoituksissa on se, että ilmapiiri on positiivinen ja hauska, ja äänellä hassuttelu ja pelleily ovat myös sallittuja. Uusia harjoituksia ja ideoita on hyvä kokeilla ja lapset mielellään voivat myös rajatonta mielikuvitustaan käyttäen keksiä harjoituksia itse ja opettaa niitä muille. (Koistinen 2003, 94.) Leikinomaisien harjoitusten onnistumisen edellytyksenä kuitenkin on, että opettaja itse eläytyy niihin. Opettajan vastuulla on myös huomioida, että mielikuvien ja leikin keskellä oikeat äänenkäytölliset asiat toteutuvat. Harjoituksissa pitäisi välttää huutamista, kiinnittää huomiota syvähengitykseen ja toisten kuunteluun, käyttää resonanssiharjoituksia ja valita lauluihin ja ääniharjoituksiin sopiva säveltaso. (Linnankivi, Tenkku & Urho 1988, 146.)

### 3.1.2 Kehollisuus

Terve ja vapaa ääni perustuu luonnolliseen syvähengitykseen, joka on äänenkäytön kannalta terveellisin hengitystapa. Syvähengityksessä rintakehä, pallea ja vatsa toimivat tasapainoisesti. Alle kouluikäisillä pienillä lapsilla luonnollinen syvähengitys toimii itsestään, koska he liikkuvat rennosti ja monipuolisesti. Kun lapsi aloittaa koulun, jossa vietetään paljon aikaa pulpetissa istuen, alkavat lihakset jäykistyä, ryhti huonontua ja luon-

nollinen syvähengitys muuttuu vähitellen pinnalliseksi. Lasten lauluopetuksessa ideaalitalanne olisi sellainen, että lapsi aloittaisi laulunopiskelun sen verran varhain, että luonnollinen syvähengitys olisi vielä olemassa tai helposti löydettävissä. (Tenkanen-Lindeman 2014, 11, 29.)

Oikeanlainen lauluasento on laulamisen ja syvähengityksen peruslähtökohta. Oikea lauluasento seisten on pieni haara-asento, jossa paino on molemmilla jaloilla, polvet eivät ole lukossa, niska on pitkänä ja leuka vapaana. Positiivisen innostuneen asenteen laulamista kohtaan tulisi näkyä myös lauluasennosta - veltosti tai välinpitämättömän näköisesti seisova kuoro tai orkesteri ei varmaan innosta kuulijoita laulullaan. (Linnankivi, Tenkku, Urho 1988, 147.) Lapsia opettaessa hyvän lauluasennon merkityksestä saakin muistuttaa usein. Itse käytän mielelläni mielikuvaa siitä, että jaloistamme kasvavat juuret, josta ääni lähtee liikkeelle. Laulajan on seistävä tukevasti molemmilla jaloilla suorassa, jotta ääni pääsee kulkemaan vapaasti juurista ylös saakka. Huono ryhti tai lukkiutuneet polvet aiheuttavat mutkia äänen matkaan.

Fyysiset ja toiminnalliset harjoitteet ovat avainasemassa lasten lauluopetuksessa. Liike ja leikki kuuluvat vahvasti lapsen maailmaan. Kehoa aktivoidaan monenlaisten harjoitusten avulla, joissa yhdistetään erilaisia rytmejä, ääniä ja liikkeitä. Tällaisia harjoituksia ovat erilaiset kaiku-vastaus-rytmiharjoitukset, piirileikit ja -laulut ja kehorytmiharjoitukset. Harjoitusten avulla lapsi oppii nauttimaan oman kehonsa liikkeistä ja äänestään ja oppii huomamaattaan kehon merkityksen äänen tuottamisessa. (Koistinen 2003, 93.)

### 3.1.3 Resonanssi ja artikulaatio

Ääni tarvitsee kuuluakseen resonanssia. Aikuisia opettaessa puhutaan usein äänen sijoittamisesta tai paikasta, mutta lapselle ajatus on turhan abstrakti. Ymmärrettävämpi mielikuva olisi esimerkiksi ihmisen ontelorakenteen vertaaminen kitaran kaikukoppaan. (Pihkanen 2011a, 43.) Äänen sointia kuvataan usein juuri resonanssina. Lapsilaulajilla on ensisijaisen tärkeää löytää pään sointitilat. (Tenkanen-Lindeman 2014, 17.) Ilman oikeanlaista ohjausta monet nuoret laulajat yrittävät päästä korkeisiin ääniin pelkästään rintarekisterin avulla, minkä seurauksena kurkunpään alueelle syntyy suuri jännitys ja ääni jää kurkkuun kiinni. Tämän voi huomata yleensä siitä, että laulaja nostaa leukaa yrittäessään laulaa korkeita säveliä. (Pihkanen 2011a, 43.)

Laulaessa on tärkeää myös kiinnittää huomiota huolelliseen artikulaation. Laulaessa vokaalien ja konsonanttien tuottaminen on vaikeampaa kuin puhuessa. Laulussa artikulaatiota täytyy liioitella huomattavasti enemmän. Hyvän artikulaation avulla välitetään laulun teksti yleisölle. Teksti on tärkeä osa äänen sointia ja laulumusiikissa usein säveltäjän inspiraation lähde, joten ei ole yhdentekevää, miten teksti lausutaan. (Pihkanen 2011b, 44, Tenkanen-Lindeman 2014, 16.)

### 3.2 Ohjelmisto

Lasten lauluohjelmistoa valitessa täytyy ottaa huomioon monta seikkaa. Laulut tulisi valita tukemaan lasten esteettistä kasvatusta musiikissa ja lasten musiikillista kehitystä kognitiivisella, affektiivisella ja psykomotorisella alueella. Lapsille mieluisat laulut innostavat heitä oppimaan muitakin musiikin aihealueita. Lauluja valitessa pitäisi ottaa lasten ikä- ja kehitystaso huomioon. (Linnankivi, Tenkku & Urho 1988, 142.) Ohjelmistollisesti materiaalin olisi hyvä olla lapsen äänelle ja sisällöltään lapsen maailmaan sopivia. Lapsella tulisi olla mahdollisuus laulaa paljon omalla äidinkielellään, oppiakseen sanavarastoa, uusia ilmaisuja ja oppimaan käsittelemään tunteitaan omalla kielellään. Vieraskielisten laulujen sisältö tulisi aina kääntää sanatarkasti lapselle. (Koistinen 2003, 96.)

Lapset innostuvat herkemmin laulujen teksteistä ja niiden takana olevista tarinoista, kuin pelkistä melodioista. Uusien laulujen opettelu kannattaakin aloittaa tekstiin tutustumisella. (Tenkanen-Lindeman, 2014, 41.) Jos sanoja ei osata kunnolla, ei laulaminen ei myöskään muodostu elämykseksi, joka koskettaa kuulijaa ja esittäjää. Tämän vuoksi on tärkeää paneutua laulajan kanssa sanoihin, lausua niitä ilmeikkäästi ja keskustella niiden sisällöstä. (Linnankivi, Tenkku & Urho 1988, 123.) Lapsikuorossa laulujen sisältöön paneutuminen huolellisesti motivoi kuorolaisia ja antaa esityksille eloa ja ilmeikkyyttä. Luvussa 5.3. esittelen kaksi harjoitusta joissa laulun tarina ja sisältö on nostettu erityiseen asemaan, toisessa näytelmän ja toisessa sadunkerronnan kautta.

Lapsikuorossa ohjelmiston pitäisi olla äänelliseltä laajuudeltaan, sisällöltään, tekstiltään ja tekniseltä tasoltaan lapsille sopiva. Perusohjelmaan olisi hyvä kuulua helppoja yksi- ja kaksiaäänisiä lauluja, joita voidaan laulaa äänenavauksen yhteydessä ja joilla totutetaan uusia laulajia kuorossa laulamisen periaatteisiin. Liian vaikeat laulut aiheuttavat turhautumista ja levottomuutta sekä lapsissa että johtajassa. Tärkeintä on pitää kiinni siitä, että laulaminen, johtaminen ja kuoroharrastus säilyvät hauskana ja kiinnostavana. (Koistinen 2003, 96.)

### 3.3 Lapsikuoro lapsen lauluharrastuksena

Lasten lauluopetukselle on paljon kysyntää, mutta sitä ei ole juurikaan saatavilla. Varsinaiset lauluopinnot voi yleensä aloittaa 15 vuoden iässä. Laulopedagogien koulutuksesta puuttuu lasten lauluopetukseen erikoistuminen kokonaan, yksityiselle puolella opetusta antavat varhaisiän musiikkikasvattajat ja musiikkiin erikoistuneet opettajat. Musiikkiopistoissa alle kouluikäiset saavat monipuolista laulunopetusta musiikkileikkikoulussa, vähän vanhemmat lapset ohjataan usein kuoroihin. (Tenkanen-Lindeman, 2014, 7.) Lapsikuoro onkin oiva paikka lapselle lauluharrastuksen kannalta, etenkin jos kuoron ohjaaja on äänenkäyttöön ja laulutekniikkaan perehtynyt ammattilainen. Mirja Multasuo toteaa kin opinnäytteessään, että lapsikuoronjohtajalla on iso vastuu lapsen äänenkäytön kehityksestä ja laulutekniikan opettamisesta (Multasuo 2009, 16).

Lapsikuorossa äänenavauksen ei tarvitse olla kovin pitkä, ja ääniharjoitukset olisi hyvä liittää kiinteästi harjoitettaviin lauluihin. Ääniharjoituksia ohjaavan kuoronjohtajan olisi hyvä edetä rivakasti, etteivät lapset kyllästy. Kuoroharjoitusten välissä kuoronjohtaja voi palata ääniharjoituksiin ja harjoituttaa samalla jotain vaikeampaa lauluteknistä kohtaa. (Koistinen 2003, 94-95.)

Kuorossa lapset saavat rohkeutta laulamiseensa juurikin yhdessä laulamisen kautta, ja monelle yksin laulaminen ryhmän edessä voi aiheuttaa liian suuria paineita tai jännitystä. Kuorossa ohjaajan olisi hyvä kuitenkin rohkaista lapsia myös yksin laulamiseen, sillä yksinlaulutilanteessa lapsi kuulee itse oman äänensä paremmin ja opettaja voi arvioida paremmin lapsen henkilökohtaista äänen kehitystä. Yksinlaulamiseen kannattaa lähteä vasta, kun ryhmässä vallitsee kannustava ja rohkaiseva ilmapiiri, jossa laulaja kokee olonsa turvallisiksi. Yksinlaulamista voi huomaamattomasti harjoitella äänenavauksen, nimenhuudon tai nimien opettelun yhteydessä ja siirtyä siitä pikkuhiljaa pidempiin soolopätkiin. (Pihkanen 2011a, 25.)



#### 4 Varhaisiän musiikkikasvattaja lapsikuoron johtajana

Lapsikuoronjohtajan työhön olen kasvanut pikkuhiljaa. Siihen on vaikuttanut oma pitkä kuorotausta, varsinaiset kuoronjohdon opinnot, monenlainen kokemus lasten parissa työskentelystä ja tietenkin musiikkipedagogiopinnot Metropoliasa varhaisiän musiikkikasvatuslinjalla. Eniten oppimista ja kehittymistä on tapahtunut kuitenkin varsinaista työtä tehdessä. Kun aloitin lapsikuoronjohtajana, perustin harjoituttamistyylini pitkälti sellaiselle mallille, jonka olin itse monissa kuoroissa laulaneena oppinut. Perinteisesti kuorossa opetus on hyvin johtajakeskeistä ja harjoitustilanteessa oppi kulkee yksisuuntaisesti johtajalta kuorolaisille. Aloin kuitenkin pian pohtia, miten voisin harjoitustilanteissa ottaa huomioon enemmän lapsien luovat voimavarat ja sitouttaa heidät kuoron tavoitteisiin ja päämääriin.

Kun puhutaan varhaisiän musiikkikasvatuksen työtavoista kuorossa, saattaa syntyä kuva toiminnasta, jossa toiminta keskittyy leikkimiseen ja lauleskeluun ilman selkeitä tavoitteita tai pyrkimystä korkeatasoiseen musiikilliseen lopputulokseen. Varhaisiän musiikkikasvatuksessa monenlaisten tavoitteiden asettaminen on kuitenkin yksi tärkeimmistä lähtökohdista työlle. On selvää, että musiikillinen kunnianhimo ei saa mennä lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen tukemisen edelle. (Marjanen 390, 393.) Tämä ei kuitenkaan mielestäni poissulje sitä, etteikö kuoron yhtenä tavoitteena voisi olla korkealaatuisen musiikin esittäminen.

Maineikkaan ja menestyneen Tapiolan kuoron perustaja Erkki Pohjolan peruseriaatteisiin kuului nimenomaan musisointi lapsen ehdoin. Hän ajatteli olevansa yksi Tapiolan kuoron muusikoista lasten ja nuorten keskellä, ja näki tärkeänä sen, että lapset kokevat olevansa enemmän työtovereita kuin alaisia. Pohjolan mielestä kuoro tarvitsee avoimen foorumin, jossa kuorolaiset voivat avoimesti tuoda julki ajatuksiaan ja ehdotuksiaan ja jossa ehdotuksia käsitellään yhdessä. Tällaisten keskustelu kuorolaisten ja johtajan välillä saattaa synnyttää uusia toteuttamisen arvoisia ideoita, mutta ennen kaikkea se voi puhdistaa ilmapiiriä ja antaa lapsille tunteen siitä, että heidän mielipiteillään on merkitystä. (Pohjola 1992, 14-16.)

Tapiolan kuoro vaikuttaakin mainiolta esimerkiltä lapsikuorosta, jossa tehdään korkeatasoista ja haastavaa musiikkia niin että laulamisen ilo ja riemu ovat aina läsnä. Tapiolan kuorossa laulajien omalle musikaalisuudelle ja luovuudelle pyritään antamaan tilaa ja

innostaa sen kautta kuoroa tähtäämään yhä korkeampiin taiteellisiin tavoitteisiin. Taiteellisiin tavoitteisiin pyrkimistä ei nähdä itsearvona, vaan seurauksena lasten innostuksesta musiikkia ja yhdessä tekemistä kohtaan. (Aaltonen 2004, 12.)

#### 4.1 Lapsikuoronjohtajan työnkuva

Näin Mari Koistinen kuvaa "tunne kehosi, vapauta äänesi"-lauluoppaassa:

*"Lapsikuoro vaatii johtajalta paljon suunnittelua, hyvää huumorintajua, rautaista pedagogista otetta ja lasten tuntemista, positiivisuutta, hyvää organisointikykyä ja pitkää pinnaa."* (Koistinen 2003, 92)

Nämä ominaisuudet olisivat varmaan hyviä kenen tahansa lasten parissa työskentelevälle opettajalle tai ohjaajalle. Kuoronjohtaja tarvitsee tietysti lisäksi vahvaa musiikillista osaamista, joista lyöntitekniikan ja kuoropartituurin soittotaidon osaaminen ovat välttämättömiä. Lapsikuoron ohjaajalla olisi hyvä olla vahva tietämys terveellisen äänenkäytön perusteista. (Pihkanen 2011a, 8) Erkki Pohjolan mukaan tärkeämpää kuin tiedot ja taidot lapsiäänten kouluttamisesta ovat kyky innostaa, organisoida ja valita laulajille sopivia tehtäviä (Pohjola 1992, 222). Usein kuulee sanottavan, että kuoro on kuoronjohtajan instrumentti, jota hän soittaa. Lapsikuoronjohtajan instrumentti on joukko erilaisia kasvavia ja kehittyviä lapsia, joita täytyy huomioida eri tavalla, kuin ehkä aikuisia laulajia.

Lapsikuoronjohtajan työ on haastavaa ja rankkaa, mutta se antaa parhaimmillaan moninkertaisesti takaisin (Koistinen 2003, 92). Jos kuoronjohtaja on itse innostunut ja sitoutunut työhönsä, on kuorolaistenkin helpompi sitoutua mukaan. Kun kuoro etenee kohti vaativampia musiikillisia haasteita, niin johtajan taiteellisuus, määrätietoisuus ja persoonallinen säteilyvoima nousevat tärkeiksi ominaisuuksiksi (Pohjola 1992, 222).

Näin Pasi Hyökki kuvaa työtään Tapiolan kuoron johtajana:

*"Tässä työssä saa tasapainoilla taiteilijan ja isän roolien välillä. Kuoron olennainen tehtävä on kasvattaminen, ja kuorossa kasvatetaan musiikilla, laulamisella ja soittamisella. Ne ovat Tapiolan kuoron ydintehtäviä. Mutta kyllä kuorossa kiinnitetään huomiota myös yleiseen kasvatukseen, kuten käytöstapoihin."* (Sulasol 5/2008)

Itsekin koen, että lapsikuoronjohtajan työ on tavoitteellista musiikkikasvatusta. Täytyy toimia sekä kasvattajana että muusikkona. Musiikki ja laulaminen toimivat välineinä sekä kasvatuksellisten että musiikillisten tavoitteiden saavuttamiseen.

On tärkeää, että johtaja asettaa kuorotoiminnalle selkeät tavoitteet. Tavoitteiden on hyvä olla myös sekä lapsien että vanhempien tiedossa. (Koistinen 2003, 92.) Hyvät perustavoitteet lapsikuorotoiminnalle löytyvät yleisen oppimäärän opetussuunnitelman perusteista (2005). Kuorolaulun osalta tavoitteita ovat esimerkiksi yhteismusisoinnin ja oman äänen kehittäminen, nuotinlukutaidon oppiminen ja monipuolisen kuoromusiikin esittäminen ja tunteminen. Tavoitteissa mainitaan myös yhtenä päämääränä se, että kuorossa koettaisi yhteismusisoinnin iloa ja yhteisiä elämyksiä.

#### 4.2 Varhaisiän musiikkikasvatuksen työtavat

Varhaisiän musiikkikasvatuksen keskeisenä periaatteena on lapsen mahdollisuus musiikillisiin elämyksiin, kokemuksiin ja leikkiin. Toiminta tähtää musiikillisten tavoitteiden lisäksi lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kasvun tukemiseen musiikin ehdoin. Musiikkileikkikoulun opettaja käyttää opetuksessaan erilaisia opetusmenetelmiä laaja-alaisesti, monipuolisesti ja ennakkoluulottomasti. Musiikilliset työtavat kuten laulaminen, lorut, soittaminen (keho-rytmi- ja melodiasoittimet), musiikin kuuntelu, musiikkiliikunta ja tanssi-ilmaisu kuuluvat varhaisiän musiikkikasvattajan opetusmenetelmiin. (Marjanen 388; 392-393)

Musiikillisten elämysten ja taitojen saavuttaminen ovat varhaisen musiikkikasvatuksen tavoitteita. Ne antavat valmiuksia kehittyä kuuntelemaan ja kokemaan musiikkia sekä ilmaisemaan itseään musiikin keinoin. Varhaisiän musiikkikasvatus on kokonaisvaltaista ja elämyksellistä musiikinopetusta, joka kumpuaa lapsen maailmasta käsin. Elämysten avulla, leikin ja tarinoiden keinoin harjaannutetaan monia lapsen musiikillisia valmiuksia, kuten musiikillista muistia, musiikin kuunteluvalmiuksia sekä tuetaan kognitiivista, emotionaalista, motorista ja sosiaalista kehitystä.

Improvisointia voidaan tarkastella yhtenä musiikkileikkikoulun työtapana. Siinä on kyse aina työskentelystä tunteiden ja vuorovaikutuksen keinoin luovaan mieleen, avoimuuteen ja uskallukseen perustuen. Keskeistä on rohkeus kokeilla, ei lopputuloksen laatu. Yli kuusivuotiaat osaavat improvisoida jo tavoitteellisemmin, tietoisesti. Tällöin improvisoinnissa voidaan hyödyntää jo opittuja asioita esimerkiksi rakentamalla ostinatoja tai

improvisoimalla yksinkertaisen bassokulun päälle, tai esimerkiksi satujen ja tarinoiden sepittämistä ja niiden kehittelemistä lauluiksi improvisoinnin keinoin. (Marjanen 393)

Keksinnän onnistuminen riippuu opettajasta. Jos opettaja on harjoitustilanteessa vapaa, mielikuvituksekas ja innostunut ja uskaltaa heittäytyä sävelillä leikittelyyn, hän omalla esimerkillään parhaiten rohkaisee oppilaita improvisointiin. Improvisointiin on opettajan itsensä löydettävä rohkaiseva asenne ja etsittävä toteuttamiskeinot omien kokemusten perusteella. (Linnankivi, Tenkku & Urho 1988, 124)

Musiikkileikkikoulu on tarkoitettu yleensä alle kouluikäisille. Kuitenkin sen yleisperiaatteita, kuten kokonaisvaltaista musiikkikasvatusta jossa on käytössä niin kinesteettiset, visuaaliset kuin auditiivisetkin työtavat voi käyttää minkä tahansa ikäisten musiikinopetuksessa. Musiikilliset ja kasvatukselliset tavoitteet olisi hyvä asettaa lasten iän ja kehitystason mukaan. Musiikkileikkikoulussa ryhmät jaetaan yleensä iän mukaan, joten lasten ikävaiheet on helpompi huomioida kuin lapsikuorossa, jossa ikäryhmä on hyvin laaja. Nuorimmat kuorolaiset ovat vasta pieniä, juuri koulun aloittaneita lapsia ja vanhimmat jo murrosiän kynnyksellä olevia varhaisnuoria. Johtajalla onkin oma haasteensa löytää sellaiset työtavat, jotka eivät ole liian hankalia kaikkein nuorimmille, mutta jotka eivät kyllästyttä kaikkein vanhimpia laulajia.

#### 4.3 Lapsilähtöisyys lapsikuorossa

Lapsilähtöisyys lapsikuorossa tarkoittaa sitä, että lapsista ja heidän ajatuksistaan ollaan aidosti kiinnostuneita ja lasta kohdellaan kunnioittavasti ja arvostavasti omana yksilönään. Lapsien kanssa työskenteleviltä saattaa toimintaa suunnitellessa unohtua, että välillä on hedelmällistä kysyä lapsilta itseltään heidän toiveitaan ja ajatuksiaan toiminnasta. Lapsilähtöisessä työskentelytavassa johtajan rooli on kyselevä ja lapsia kuunteleva, ei määräilevä tai lasten mielipiteet suoralta kädeltä tyrmäävä. Kun kuoron johtaja antaa tilaa vapaalle keskustelulle ja kuuntelee lapsia, lapset tuntevat osallisuutta ja kokevat olevansa tekemisen subjekteja. Johtajalta eläytyminen lapsen asemaan ja siihen, miltä esimerkiksi tuntuu laulaa, seisoa kuorossa tietyssä paikassa tai kun ei saakaan laulaa sooloa, on jo lapsilähtöisyyttä. Lapsilähtöisyys ei tarkoita samaa, kuin että lapsi saa tehdä mitä haluaa, vaan sitä että lapsi saa olla osallinen, vaikuttaa asioihin ja tavoitteisiin. Keskustelevalle, dialoginen asioiden käsittely yhdessä lisää myös lapsilähtöisyyttä.

Itse koin heräämisen tähän asiaan, kun järjestin syksyllä 2014 CandoMini-kuorolaisille keskustelu- ja palautetunnin tavallisen kuoroharjoituksen päätteeksi. Yllätyin siitä, miten paljon kuorolaisilla oli sanottavaa kuorosta ja sen toiminnasta. Heillä oli myös paljon hyviä ideoita ja ajatuksia kuoron tulevaisuuteen ja tavoitteisiin liittyen. Puhuimme keskustelutilanteessa esimerkiksi kuoron tavoitteista, siitä missä olemme jo hyviä ja mitä voisimme vielä parantaa. Kuorolaisten kanssa oli myös hauska suunnitella kuoron tulevaisuutta, tulevia matkoja ja konsertteja. Koin yhteisellä keskustelutilaisuudessa olevan motivoiva vaikutus muuhun kuorotyöskentelyyn. Olenkin pyrkinyt kuoroissani ylläpitämään avointa ja rakentavaa keskustelukulttuuria ja järjestämään keskustelutilaisuuden kuorossa vähintään kaksi kertaa vuodessa. Tavoitteista keskustellessa jokainen kuorolainen saa sanoa tulevalle kaudelle tai vaikka yksittäiselle kuorokerralle sekä henkilökohtaisen että yhteisen tavoitteen. Yhdessä sovittujen tavoitteiden olisi hyvä olla ainakin osittain sellaisia, että niiden toteutumista voidaan jotenkin mitata, jotta lapset voivat nähdä myös konkreettisesti sen, miten kuoro kehittyy.

Keskusteleva ilmapiiri kannattaa säilyttää mukana myös tavanomaisissa harjoitustilanteissa. Esimerkiksi laulujen sisällöstä, niiden herättämistä tunteista tai mielikuvista on mukava keskustella yhdessä lapsien kanssa.

## **5 Esimerkkejä osallistavista työtavoista lapsikuorossa**

Olen tähän lukuun kerännyt kehittelemistäni työtavoista lapsikuorossa. Esimerkkiharjoituksissa lasta innostetaan tarinoiden, leikkien, liikkeen tai mielikuvien avulla. Kuitenkaan yksikään harjoituksista ei ole vain ajanvietettä tai leikkimistä leikin vuoksi, vaan niiden takana on selkeät musiikillisia tai äänenkäyttöllisiä taitoja kehittävät tavoitteet.

Tarkoitus ei mielestäni ole täyttää koko kuoroharjoitusta osallistavilla ja toiminnallisilla harjoituksilla. Myös perinteisille äänenavauslauluille ja ohjelmiston harjoittamistekniikoille on oma paikkansa. Tärkeämpää on mielestäni, että opettajan innostava ja kannustava asenne pysyy yllä koko harjoituksen ajan. Itse pyrin siihen, että jokaisessa harjoituksessa jokainen lapsi pääsee ainakin kerran ääneen, joko äänenavauksessa tai harjoittamistilanteessa. Tällainen pienikin hetki voi olla pienelle kuorolaiselle hyvinkin tärkeä ja vahvistaa hänen kokemustaan siitä, että hänenkin roolinsa on tärkeä kuorossa.

Kehittelemieni harjoitusten yksi tavoite on ollut yhteisöllisyyden ja hyvän yhteishengen parantaminen lapsikuorossa. Lähtökohtaisesti on hankalaa eritellä, mitkä kaikki tekijät

vaikuttavat yhteisöllisyyteen. Kuorolaulu on jo itsessään yhteisöllistä, ja yhdessä laulaminen ja harjoittelu synnyttävät jo ryhmälle vahvan yhteenkuuluvuuden tunteen. Kuitenkin erityisesti sellaiset harjoitukset, jossa lapsi pääsee käyttämään omaa luovuutta ja jokainen yksilö voi saada oman äänensä pienestikin kuuluviin tuntematta ulkopuolisuutta sekä harjoitukset, jossa hassutellaan yhdessä, voivat parantaa yhteislaulua enemmänkin yhteishenkeä. Kuorossa olisi hyvä olla sellainen salliva ilmapiiri, jossa epäonnistuminen on turvallista, jopa kuoronjohtajalle. Hassujen tai jopa rumien äänien päästely on ihan sallittua, kun etsitään oman äänen rajoja.

Olen jakanut esimerkkiharjoitukset kolmeen osaan: äänenkäytöllisiin harjoitukset, ryhmäytymistä edistävät tutustumisharjoitukset ja ohjelmiston harjoittamiseen sopivat harjoitukset. Kaikki harjoitukset eivät ole täysin itse keksimiäni, vaan tuttuja harjoitteita, joita käytetään kuoroissa, leireille ja laulutunneilla ympäri Suomen. Suurin osa harjoituksista on kulkeutunut minulle ns. hiljaisena tietona, mutta jos alkuperäisen harjoituksen tai mielikuvan takana on selkeä lähde, niin mainitsen sen harjoituksen yhteydessä. Omalta osaltani olen lähtenyt miettimään, että miten näitä tuttuja harjoituksia voidaan soveltaa niin, että ne tukevat hyvää yhteishenkeä, ryhmäytymistä ja parantavat lapsen itsetuntoa.

## 5.1 Äänenkäytölliset harjoitukset

Äänenavaus aloittaa kuoroharjoituksen. Äänenavaus on kuoron yhteinen laulutunti, joka virittää kuorolaiset oikeanlaiseen tunnelmaan harjoitusta varten. Olen ollut itse monissa kuoroissa, joissa äänenavaus on vain tylsä pakollinen osuus ennen varsinaista harjoittelua, vaikka se voisi olla myös koko harjoituksen paras ja tärkein osuus. Lapsikuorosakin äänenavauksen merkitys on mielestäni ehdottoman tärkeä. Se on kuoronjohtajalle tilaisuus opettaa laulamisen perusperiaatteita ja kehittää kuoron sointia. Se on kuorolaisille tilaisuus hassutella, leikkiä ja liikkua. Äänenavaushetki tarjoaa myös monta mahdollisuutta lapsen luovuuden ruokkimiseen ja osallistamiseen.

Ääni- ja hengitysharjoituksia tehdessä on hyvä muistaa, että lasten täytyy tietää mitä tehdään. Ohjeet harjoituksiin kannattaa antaa erilaisten mielikuvien, tarinoiden ja leikin kautta. On myös tärkeää, että kuoronjohtaja toimii itse esimerkkinä ja tekee liikkeit mukana. Aloitan itse ääniharjoitukset mielelläni piirissä. Näin kaikki näkevät toisensa ja syntyy mukava yhteenkuuluvuuden tunne heti harjoituksen aluksi. Äänenavauksen alkuun valitsen yleensä reippaan liikkeellisen harjoituksen, joka kiinnittää lasten huomion ja aktivoi kehon laulamista varten.

## Harjoitusesimerkki 1

### Hiihtokisat

Monelle kuorolaiselle tai laulajalle tuttu koko kehoa ja hengitystä aktivoiva lämmittelyharjoitus, jossa kädet heiluvat sivulta sivuille kuin sauvat hiihtäessä, polvet joustavat liikkeen myötä ja samalla tehdään voimakas shh-äänne. Hiihtäminen mielikuvana on hauska ja toimii usein sellaisenaan, mutta harjoituksen teho lähti ihan uusille urille, kun toteutin harjoitteen hiihtokisan muodossa. Kuoronjohtaja voi toimia kisojen urheiluselostajana ja antaa ohjeita ”kisan” aikana. Ensin laitetaan sauvat ja sukset jalkaan, ja asetutaan lähtöasemiin. Lähtölaukauksen jälkeen lähdetään ”hiihtämään” rauhaisella tasaisella tahdilla, jalat pysyvät kuitenkin tukevasti maassa. Välillä kiristetään vauhtia ylämäessä ja lasketaan pitkiä tasatyöntöjä alamäessä. Loppuun otetaan hurja loppukiri ja viimeiset kunnon tasatyönnöt pitkällä shh-äänteellä, jonka jälkeen jäädään suorituksesta uupuneena roikkumaan, pää alaspäin. Tässä vaiheessa kilpailija on tietenkin hengästynyt suorituksestaan, ja hengitystä tasaillaan rauhassa niin, että yritetään saada tuntuma hengityksestä selän alueelle. Sihisevän taikajuoman avulla nousee ylhäältä rauhassa ss-äänteen kera. Tällaiset leikkimieliset kisat, joissa ei ole voittajaa tai häviäjää tuntuvat tehoavan erityisesti nuorempiin kuorolaisiin.

On tärkeää, että kuoronjohtaja on itse koko ajan esimerkkinä ja tekee liikkeet mukana. Kun harjoitukset ovat jo tuttuja ja sujuvat vaivattomasti, voi johtaja siirtyä itse ainoastaan ohjeiden antajaksi. Yksi tärkeä asia lapsilähtöisyydessä on myös lapsen impulsseihin tarttuminen. Teimme kuoron kanssa hiihtoharjoitusta, ja kun nousin itse ylös heiluttuani jonkin aikaa pää alaspäin, olivat hiukseni sekaisin naaman edessä. Tämä aiheutti lapsissa huvittuneisuutta ja spontaanin ”peikko!”-huudahduksen useammasta suusta yhtä aikaa. Tästä syntyiikin heti uusi harjoitus.

## Harjoitusesimerkki 2

### Peikkohyppely

Peikot hyppivät rennosti, kädet ja yläkroppa velttoina. Peikot puhuvat toisilleen huuliaan päristellen ja bb-äänteillä. Hyppely rentouttaa kehoa, poistaa kropan jännityksiä ja pärinä taas aktivoi äänihuulia. Harjoituksen voi

toteuttaa myös matkimisleikkinä, jossa yksi kuorolaisista on vuorollaan johtajapeikko, jonka liikkeitä ja ääntelyä muut matkivat.

Luvussa 3.3. käsittelin myös yksinlaulamista kuorossa. Rohkaisu yksinlauluun kuoron edessä lähtee ääniharjoituksista, joissa äänillä hassuttelu on sallittua ja turvallista. Kun johtaja kannustaa kuorolaisia pikkuhiljaa yksilösuorituksiin, hän pääsee myös tarkkailemaan paremmin yksittäisten laulajien kehitystä ja sitä, tekevätkö he harjoitteet todellakin oikealla tavalla.

### Harjoitusesimerkki 3

Aku ankan kuulumiset

Timo Pihkasen Opas lasten laulamiseen-kirjassa (2011) on mainittu resonanssiharjoituksena "koiranpennun vikinä". Tässä harjoituksessa puristetaan molemmilla käsillä huulet yhteen kuin Aku ankalla, ja vikistään korkealta koiranpennuin tavoin. Harjoituksen tarkoituksena on ohjata ääntä pääresonanssiin. Olemme tehneet tätä kuorossa niin, että puhumme toisillemme ikään kuin koiranpentukieltä. Sovimme yhdessä jonkin kysymyksen ja vastauksen, kuten "mitä kuuluu" ja "ihan hyvää". Harjoitus etenee niin, että ohjaaja kysyy ensin oikealla puolella olevalta laulajalta huulet törröissä vikisten "mitä kuuluu" ja laulaja vastaa samalla tavalla "ihan hyvää". Vastaa kysyy taas kysymyksen oikealla puolella olevalta laulajalta ja niin edelleen. Harjoituksen voi toteuttaa yhtä hyvin niin, että yksi laulajista kysyy kysymyksen koko kuorolta ja kaikki vastaavat yhtä aikaa. Harjoituksessa kaikki näyttävät ja kuulostavat yhtä hassuilta, joten "soolo" ei tässä harjoituksessa yleensä kenellekään ongelma.

Usein huomaan opettajana jumittuvani samoihin mielikuviiin ääniharjoituksissa. Välillä ideoita kannattaa pyytää lapsilta tai niitä voidaan kehittää yhdessä. Vaihtelu virkistää ja voi auttaa tajuamaan harjoitettavan asian uudella tavalla.

### Harjoitusesimerkki 4

Tarina ja liike

Tämän esimerkin pohjalla on "meloni ja rusina"-harjoitus, jossa jumpataan kasvojen lihaksia vastakohtaparien avulla. Meloni-asennossa suu ja silmät ovat apposen auki suurina ja rusinassa taas rutussa ja mytyssä. Harjoitus



on yleensä lapsikuorolaisille varsin mieleinen, mutta sen teho hiipuu kun sitä on ehditty toistaa tarpeeksi usein. Lähdimme siis etsimään tämän harjoituksen pohjalta uudenlaisia mielikuvia ja liikkeitä. Kuoron voi jakaa esimerkiksi neljään ryhmään, jossa ryhmäläiset kehittävät yhdessä yhden hahmon tai henkilön, johon liittyy jokin asento. Ohjeistin itse kuorolaisia miettimään sellaisia asentoja, jotka voisivat toimia myös esimerkiksi venytyksenä. Ryhmissä syntyikin hauskoja hahmoja ja liikkeitä, jotka he saivat ensiksi opettaa muille. Lopuksi kehitelimme yhdessä lyhyen tarinan, jossa hahmot seikkailivat.

Improvisointi ja musiikillinen keksintä ryhmässä ovat mahdollisia, jos niihin totuttaudutaan vähitellen ja omasta keksinnästä tulee tavanomainen osa harjoitusta. Kun kuorolaiset tottuvat siihen, että jokaisessa harjoituksessa tulee vähintään kerran sellainen tilanne, jossa heidän täytyy keksiä jokin ääni, laulunpätkä tai liike itse, tulee siitä pikkuhiljaa normaali ja luonteva asia ujommallekin laulajalle. Aluksi tehtävien kannattaa olla helppoja ja lyhyitä, jotta kynnys omaan keksintään olisi mahdollisimman pieni.

### **Harjoitusesimerkki 5**

#### **Äänipallot**

Tämän harjoituksen olen oppinut kollegaltani Terhi Orpanalta, joka ohjaa laulupainotteisia musiikkileikkikouluja ja koulutuskuoroja Cantores Minores-musiikkiopistossa. Harjoituksessa opettaja heittää oppilaille erilaisia ”äänipalloja”. Harjoituksessa käden liike yhdistyy ääneen ja antaa hyvän impulssin äänen syntymiselle. Harjoituksen avulla autetaan lasta löytämään erilaisia ääniä ja laajentamaan sävelaluettaan. Äänet voivat olla esimerkiksi erilaisia huhuiluja, huudahduksia, sävelkulkuja tai päristelyjä eri korkeuksilta. Kun lapsilla on jo selkeä käsitys siitä, mistä tässä harjoituksessa on kyse, voi harjoitusta soveltaa niin, että jokainen saa vuorollaan heittää oman äänipallonsa, jonka muut toistavat. Pää tarkoitus on rohkaista lasta omaan keksintään ryhmän edessä, mutta toisinaan lapsilta syntyy ihan loistavaa materiaalia opettajallekin käytettäväksi.

Lapsikuorossa johtajan kannattaa valita rohkeasti ohjelmistoon perinteisten laulujen lisäksi sellaisia teoksia, joissa ei välttämättä ole laulettavaa melodiaa ollenkaan. Yksi hyvä vaihtoehto säveltää kuoron kanssa kuorolle oma äänimaisema, joka voidaan esittää vaikka konsertissa.

## Harjoitusesimerkki 6

### Äänimaisemat

Erilaisten äänimaisemien tekeminen kehittää kuorolaisten kuuntelua ja antaa hyvän tilaisuuden musiikilliseen keksintään. Kuoronjohtaja voi etukäteen miettiä sopivan teeman ja vaikka kehittää tai etsiä teemaan sopivan lyhyen tarinan. Aiheena voi olla esimerkiksi kummituslinna, sademetsä tai hiekkaranta - lapsilta ideoita löytyy loputtomasti. Erilaisia teemaan sopivia ääniä voidaan kokeilla ja ideoida ensin yhdessä ja lähteä sitten toteuttamaan äänimaisemaa. Äänimaiseman tekemistä voidaan harjoitella niin, että siitä muodostuu kokonaan uusi teos, joka voidaan vaikka esittää kuoron konsertissa tai jonkun teemaan sopivan kappaleen yhteydessä. Äänimaisemassa voidaan myös rakentaa erilaisia klustereita tai sointuja, jonka päälle voidaan harjoituttaa improvisointia. Opettaja voi olla aluksi esimerkiksi improvisoinnissa, ja rohkaista sen jälkeen lapsiakin keksimään omia pieniä sävelkulkujaan sointumaton päälle.

### 5.2 Tutustumisleikit ja ryhmäytymistä edistävät harjoitukset

Erilaiset ryhmäyttävät harjoitukset ja tutustumisleikit ovat hyvin tärkeitä kuoron yhteishengen kannalta. Tällaisia harjoituksia käytetään yleensä kuoroleireillä tai silloin, kun kuoroon tulee uusia laulajia. Tutustus- ja ryhmäytymisharjoituksia olisi hyvä tehdä muutenkin lukuvuoden aikana. Nämä antamani esimerkit ovat sellaisia, joilla on myös funktio äänenkäytön tai ohjelmiston harjoittamisen kannalta.

Seuraavat harjoitukset ovat oivallisia ryhmäytymisen ja yhteisöllisyyden kannalta, mutta voivat toimia myös harjoituttamiskeinona esimerkiksi siinä vaiheessa, kun halutaan oppia laulu ulkoa ja jättää nuotteja pois. Olen kokemuksesta huomannut, että vaikka moni osaisi jo laulun ulkoa, voi kynnys nuotista luopumiseen olla hyvin suuri. Ratkaisuna tähän voivat olla leikit tai harjoitukset, joissa käsille annetaan jokin tehtävä, kuten seuraavassa harjoituksessa mukien siirtely. jolloin nuottikansiota ei voi pitää mukana.

## Harjoitusesimerkki 7

### Mukileikki

Tämä harjoitus toimii loistavasti sanojen ja laulun ulkoa opetteluun tukena. Harjoituksessa istutaan piirissä, jokaisella on edessään kertakäyttömuki väärinpäin. Vasen käsi lasketaan polvelle, ja oikea käsi siirtää mukin oikealla puolella istuvalle kaverille. Tarkoitus on siirtää mukeja yhtäaikaaisesti niin, että syntyy perussyke. Kun piiri pyörii oikein, voidaan lausua sanoja tai laulaa päälle mukisiirtelyn tahdissa. Käytännössä voidaan laulaa mitä tahansa laulua, aluksi kannattaa aloittaa yksinkertaisella kappaleella ja vähitellen voi vaikeuttaa tehtävää esimerkiksi niin, että otetaan mukaan stemmoja tai lauletaan kaanonissa. Mukileikki voi toimia myös alla olevan nuottiesimerkin tapaan tutustumislauluna, jossa vuorottelevat soolo ja tutti. Harjoittelu kannattaa aloittaa hitaalla tempolla ja kun laulu sujuu mukisiirtelyn tahdissa jo vaivattomasti, voidaan lauluun lisätä haastetta taputuksilla tai suunnanvaihdoksilla. Taputukset nuottiesimerkissä voi tehdä taukojen tai raksinuottien kohdalla.

**Mukileikki**

Viena Jurvelin

Mu - ki - leik - ki al - kaa näin: lai - ta mu - ki e - teen - päin!

Mu - ki - leik - ki al - kaa näin: lai - ta mu - ki e - teen -

pään. Nyt on Mai - jan vuo - ro lau - laa mu - ki jat - kaa mat - kaa.  
vaihtoehto: mu - ki vaih - taa suun - taa.  
mu - ki py - säh - tyy.

Kuva 1: Mukileikki

Mukileikkiharjoitus vaatii hiukan harjoittelua ja valmistelua. Samalla periaatteella voi toteuttaa hiukan helpomman leikin, jossa ei tarvita muuta tarvikkeita kuin jokaisen kuorolaisen omat kädet.

## Harjoitusesimerkki 8

### Taputusleikki

Tämä toimii vähän samalla periaatteella kuin mukileikki, mutta ilman mukkeja. Istutaan tai seistään piirissä niin, että jokaisella on vasen kämmen vieruskaverin kämmenen alla ja oikea käsi vieruskaverin kämmenen päällä. Taputus lähetetään eteenpäin läpsäisemällä vasemmanpuoleisen vieruskaverin kättä, joka läpsäisee taas seuraavaa kättä. Tarkoituksena on saavuttaa taputtelulla perussyke ja yhteinen tempo piirin sisälle. Taputusleikin aikana on tarkoitus laulaa harjoiteltavia lauluja joko yksi-tai moniäänisesti. Kun lapset keskittyvät taputuksiin, käy helposti niin, että pitkänkin laulun sanat tulevat ulkoa itsestään sen kummempia ajattelematta.

Yhteisöllisyyden vahvistamisen lisäksi on tärkeää, että vahvistetaan jokaisen yksilön tärkeyttä ryhmän osana. Ryhmä on aina jokaisen jäsenensä summa, ja kuorossa lapsenkin on hyvä ymmärtää, että jokaisen rooli ja panostus ovat tärkeitä, jotta saadaan hyvä lopputulos aikaiseksi. Tämä seuraava ryhmäytymisharjoite ottaa huomioon yksilön, kuoron sisäiset ryhmät, kuten eri stemmat ja koko ryhmän.

## Harjoitusesimerkki 9

### Liikerinki

Lapset ja kuoronjohtaja seisovat piirissä. Jokaisen tehtäväksi tulee miettiä itselleen jokin yksinkertainen liike, joka voi olla mitä tahansa käden heilautuksesta pyörähdykseen. Nimirinki lähtee kiertämään niin, että jokainen sanoo oman nimensä ja tekee samalla liikkeen. Seuraavalla kierroksella muut kuorolaiset voivat tehdä liikkeen ja sanoa vuorossa olevan kuorolaisen nimen sen mukaan, miten muistavat. Rinki pyörii niin monta kertaa, että kaikki muistavat ulkoa kaikkien nimet ja liikkeet. Seuraavaksi jakaannutaan 2-4 ryhmään esimerkiksi stemmajaon perusteella. Jokainen stemma keksii itselleen ryhmässä erillään muista oman liikkeen, jonka jälkeen kokoonnutaan taas yhteen ja toistetaan liikerinki samoin kuin nimien kanssa. Lopuksi kuoro keksii yhteisen, koko kuoron oman liikkeen. Tämän jälkeen kokeillaan toteuttaa koko rinki niin, että ensin tulevat jokaisen kuorolaisten nimet ja liikkeet, jonka jälkeen stemmojen omat liikkeet ja lopuksi koko kuoron liike. Ringissä on tarkoitus pitää yllä kokoajan perussyke, jonka tahdissa

liikkeet toistetaan. Olen käyttänyt harjoitusta usein äänenavauksen yhteydessä, sillä harjoitus on vauhdikas ja siinä tulee todella nopeasti hiki!

### 5.3 Ohjelmiston harjoittaminen

Kun lähtee opettamaan laulua tai teosta lapsille, täytyy pohjatyö ja suunnittelu tehdä kunnolla. Opetuksen on hyvä olla alusta asti johdonmukaista, ja laulu täytyy osata itse hyvin. Aikuisia opettaessa muutoksia voi tehdä herkemmin, mutta lasten kanssa väärin opeteltua asiaa on hankala muuttaa jälkikäteen, tai ainakin se vie pidemmän ajan kuin se, että laulu olisi alusta asti opeteltu oikein. Lapsikuorossa lapsien paikat kannattaa valita niin, että aloitteleva laulaja sijoitetaan kokeneemman viereen.

Lapsikuorossa laulua harjoituttaessa käytän usein samoja työtapoja kuin musiikkileikkikoulussa. Yksinkertaisen laulun voi opettaa kaikulauluna, käyttäen tukena esimerkiksi soivaa kättä, jolla yksinkertaisesti näytetään käden avulla laulun sävelkulkuja ja korkeusvaihteluita. Haastavampiin kappaleisiin tarvitaan kuitenkin usein lähes poikkeuksetta nuotti. Kuitenkin ennen nuotin jakamista pyrin ottamaan uudesta laulusta joitain aiheita esille jo esimerkiksi ääniharjoituksen yhteydessä. Joskus lapset huomaavat laulun opettelua aloitettaessa yhteyden ääniharjoituksessa käytettyyn aiheeseen. Laulun opettelu alkaa hyvin usein siitä, että laulan tai soitan kappaleen malliksi. Saatan ennen kappaleen soittamista antaa lapsille jonkin tehtävän, joita heidän täytyy pohtia kuuntelun aikana, kuten onko laulu iloinen tai surullinen (duuri tai molli) tai millainen sen yleistunnelma on. Yleensä pienen tai yksinkertaisenkin tehtävän antaminen aktivoi lapset kuuntelemaan esitystä tarkemmin.

Luvussa 3.2. otan esille tekstilähtöisyyden lasten lauluopetuksessa. Kuorolaiset saattavat pitää paljon monista lauluista vain hauskan melodian vuoksi, mutta yleensä heitä eniten kiinnostaa laulujen sisältö ja tarina. Laulujen tekstiä voikin lähestyä hyvin monipuolisesti.

#### Harjoitusesimerkki 10

Näytelmä laulusta

Harjoittelimme CandoMini-lapsikuoron kanssa Francis Poulencin kappaletta *la petite fille sage* (suom. Kiltti pieni tyttö).

**La petite fille sage**

Francis Poulenc

La pe - ti - te fil - le sa - ge est ren - trée de l'é - co - le a - vec son pa - nier. Elle

a - vec son pa - nier. Elle

a - vec son pa - nier. Elle

Kuva 2: *La petite fille sage*

Olin suomentanut ja kääntänyt myös sanatarkasti kappaleen kuorolaisille, ja olimme tietenkin harjoitelleet myös ranskan kielen ääntämystä. Suurin osa laulajista ei kuitenkaan tuntunut ajattelevan yhtään laulun hauskaa tarinaa laulaessaan. Jaoin kuoron kolmeen eri ryhmään, ja annoin heille tehtäväksi harjoitella laulun tarinan pohjalta näytelmän, jossa jokaisella olisi jonkinlainen rooli. Tämän jälkeen jokainen ryhmä sai esittää näytelmänsä kuorolle musiikin soidessa taustalla. Keskustelimme myös yhdessä siitä, miten laulaminenkin on oikeastaan näyttelemistä ja miten tärkeää kuorolaisen on eläytyä lauluun, kun kyseessä on vieraskielinen teksti, jota suurin osa kuulijoista ei todennäköisesti ymmärrä.

Uuteen lauluun tutustuessa voidaan tunnelmaan virittäytyä monin keinoin. Jos laulu siijoittuu selkeästi johonkin miljööseen, voin aloittaa lauluun tutustumisen niin, että pyydän lapsia sulkemaan silmänsä ja kuvailen laulun miljöön tunnelmaa ja aloitan laulun soittamisen tai laulamisen sen jälkeen, lasten vielä pitäessä silmiä kiinni. Joskus laulun pohjalle voi kehittää vaikka kokonaisen oman tarinan, joka auttaa lapsia virittäytymään laulun tunnelmaan.

### Harjoitusesimerkki 11

Tarinalla sävyjä

Olin valinnut yhden lapsikuoroni ohjelmistoon hauskan taiwanilaisen sävelmän, Kalastajien laulun.



Kuva 3: Kalastajien laulu

Laulun nimestä syntyy heti jo monta mielikuvaa, mutta laulun sanat eivät itsessään tarkoita käsittääkseni mitään. Laulua harjoiteltiin kahden kuoron yhteistä konserttia varten, jossa pääteemana oli musiikkia eri puolelta maailmaa. Meillä oli kahden kuoron yhteisharjoitukset, jonne valmistauduimme yhdessä kollegani kanssa. Kehittelimme yhdessä laulun pohjalle sadun taiwanilaisesta kylästä, jossa eli legenda tarunhohtoisesta kultaista kalasta. Sadussa yksi kylän kalastajista joutui hurjan myrskyn keskelle, mutta pelastautui ihmeen kaupalla ja löysi meren tynnyttyä veneensä pohjalta kultaisen kalan. Olin opettanut laulun lapsille ennen yhteisharjoitusta, ja olimme laulaneet sen yhdessä läpi muutaman kerran. Yhteisharjoituksessa minä vedin laulua, ja kollegani kertoi tarinaa laulun välissä. Laululla ikään kuin kommentoimme tarinan kulkua: alussa tunnelma oli reipas ja innokas, kun kalastajat lähtivät kalaan. Kultaista kalasta puhuttaessa tunnelma oli jännittävämpi ja haaveileva, myrskykohtauksessa riehakas ja säikähtänyt ja lopussa kultaisen kalan löydyttyä iloinen ja innokas. Lapsia ei täytynyt ohjeistaa mitenkään eri tunnetiloihin laulussa, vaan he eläytyivät tarinan mukana itsestään. Pohjalla oleva yksinkertainenkin tarina tekee sanattomasta laulusta moninkertaisesti kiinnostavamman lapsille. Seuraavalla kerralla en kertonut koko tarinaa, mutta muistelimme yhdessä lasten kanssa kertomusta, keskustelimme sen teemoista ja lauloimme *kalastajien laulua* eri sävyillä.

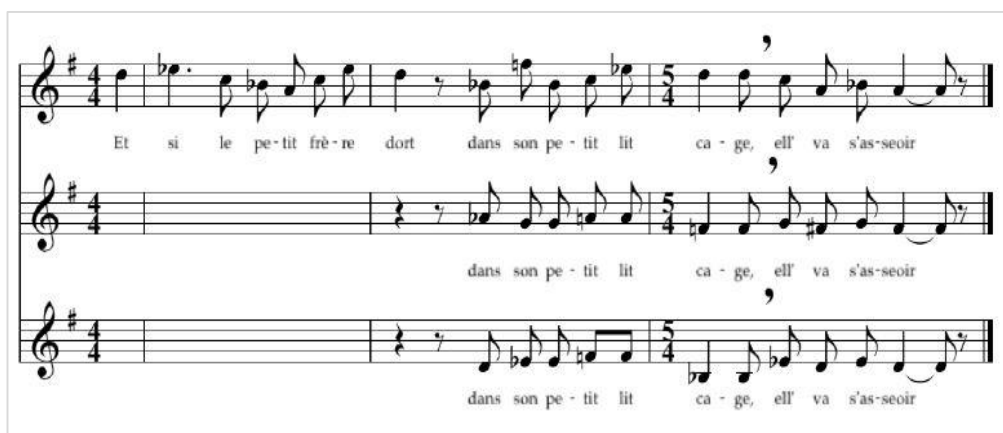
Toiminnallisten harjoitteiden liittäminen osaksi haastavampien kappaleiden harjoittamista vaatii mielikuvitusta. Toiminnalliset harjoitukset täytyy suunnitella niin, että leikki tai liike oikeasti tukee harjoitettavan laulun tai ohjelmiston oppimista. Vain kokeilemalla

monenlaisia työtapoja voi selvittää, millaisesta harjoituksesta on oikeasti hyötyä. Toisaalta erilaiset lähestymistavat ohjelmistoon laittavat ajatukset liikkeelle ja pitävät kuorolaiset virkeinä.

## Harjoitusesimerkki 12

### Sointujen kuuntelua

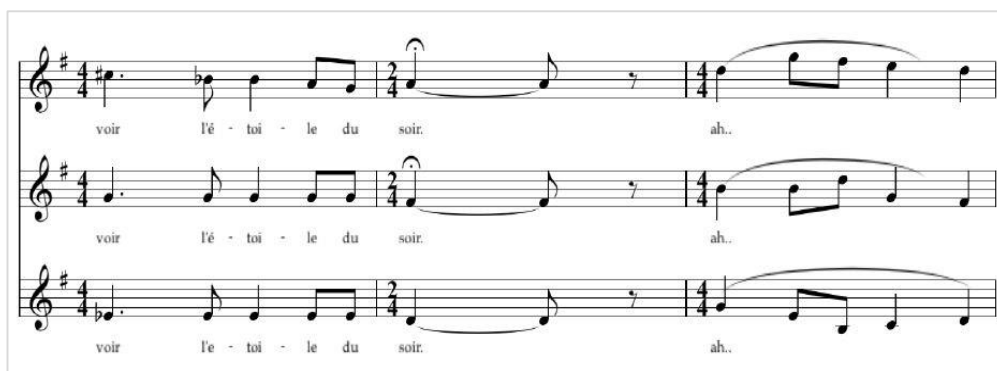
Tässä esimerkissä aiemmin mainittu Poulencin *la petite fille sage*-kappaleen harjoittelu oli jo vähän pidemmällä. Stemmat osattiin jo hyvin, mutta kappaleessa oli haasteena fraasien jälkeen seuraavan soinnun löytäminen. Teetin sellaisen harjoituksen, jossa kappaletta kuunneltiin cd:ltä, ja kuorolaiset liikkuvat vapaasti harjoitustilassa. Pysäytin välillä kappaleen ns. kriittisiin kohtiin, jolloin kuorolaiset pysähtyivät ja tehtävänä heillä oli laulaa seuraavan soinnun lähtöäännet. Harjoitus vaati aktiivista kuuntelua ja vaikka kuorolaiset eivät liikkuessaan laulaneet, heidän täytyi laulaa koko ajan mukana ”mielessään”. Harjoituksen voisi teettää myös ilman kävelyä, mutta koska kuoroharjoituksessa on paljon paikoillaan seisomista ja istumista, koin liikkeellisen harjoituksen piristävän kuorolaisia.



Kuva 4

Yksi kappaleen haasteellisimmista kohdista on esimerkin (kuva 4) kolmas tahti, jossa alto ja väliäänit tulevat mukaan sopraanon soolopätkän jälkeen. Erittymisen hankala kohta on väliäänille, joilla aloitusääni on tritonuksen päästä sopraanojen lopetusäänestä. Tarpeeksi monen toiston avulla tämäkin lähtösointu saatiin kohdalleen.





Kuva 5.

Tässä esimerkissä (kuva 5) pysäytin kappaleen fermaatin jälkeen ja kuorolaiset lauloivat pysäytyksen jälkeen kolmostahdin G-duurisoinnun. Alussa valitsin todella selkeitä pysäytyskohtia, mutta kuorolaisten päästessä jyvälle harjoituksen ideasta vaikeutin tehtävää kokoajan.

#### 5.4 Yhteenveto ja kehittämis ehdotukset

Esittelemissäni työtavoissa olen pyrkinyt huomioimaan kuoron harjoitustilanteessa mahdollisimman hyvin sekä sosiaaliset että musiikilliset asiat. Lapsen osallistaminen oli yksi tavoite työtavoille, ja useassa harjoitusesimerkissä onkin lähtökohtana lapsilta tulevat ideat. Vaikka monet harjoitukset näyttäytyvät lapsille leikkeinä ja hauskanpitona, on jokaisessa taustalla myös jokin tärkeä musiikillinen asia. Lasten lauluopetuksessa avainasemassa on terveen äänenkäyttötavan opettaminen niin, että lapsen innostus säilyy. Tämän olen harjoituksissa pyrkinyt huomioimaan niin, että äänen monipuoliseen ja rohkeaan käyttöön innostetaan leikin ja hassuttelun avulla, kuten esimerkeissä 1, 2 ja 3. n

Yhteisöllisyys ja sen tukeminen kuoroharjoituksessa oli myös yksi lähtökohta koko opin-  
näytteelleni. Yhteisöllisyyteen vaikuttavat monet asiat, kuten aiemmin mainittu lasten osallistaminen, ryhmäyttävät harjoitteet ja tutustumisleikit, kuorolaisten huomioiminen yksilönä ja heidän mielipiteidensä kuunteleminen. Olen huomannut myös harjoitusten, joissa lapset jaetaan pienempiin ryhmiin ja ryhmälle annetaan joku yhteinen tehtävä, parantavan yhteistyötä kuorolaisten välillä. Tällaisia harjoituksia ovat esimerkiksi 9 ja 10. Kun jokaisella yksilöllä on hyvä olla kuorossa, niin todennäköisesti myös kuoron yhteishenki on hyvä. Lapsen musiikillista minäkuva tukevat positiiviset kokemukset ja onnistuminen kuoroharjoituksessa. Harjoitukset, joissa jokainen pääsee vuorotellen ääneen

ilman epäonnistumisen pelkoa, kuten harjoitusesimerkit 5 ja 6, luovat sallivaa ilmapiiriä ja vahvistavat lapsen positiivista minäkäsitystä.

Yksi tavoitteistani työn suhteen oli löytää työtapoja, joilla voisin ratkaista myös kuoronjohtajan ajankäytöllisiä ongelmia ja sitä, miten yhden harjoituksen aikana saadaan täytettyä sekä sosiaaliset että musiikilliset tavoitteet. Pidin tärkeänä huolellista suunnittelua ja tavoitteellisuutta. Erilaisten leikkien ja työtapojen olisi vastattava sekä musiikillisiin, yhteisöllisiin että yksilöllisiin tarpeisiin, joten jokaisen tehtävän funktio tulee miettiä tarkasti monelta eri kannalta. Myös esimerkiksi tilannesidonnaisuus, aikataulut ja lasten elämässä tapahtuneet asiat täytyy ottaa huomioon. Johtajan kannaltahan olisi helpointa, jos kaikki harjoitukset voisi vetää tutulla harjoituttamiskaavalla, sillä uusien työtapojen kokeilu vaatii usein omalle epämukavuusalueelle siirtymistä, mutta toisaalta erilaiset luovat ratkaisut rikastavat työtä ja tuovat kuorosta myös musiikillisesti esiin aivan uudenlaisia piirteitä.

Tässä vaiheessa ajatellen, että olisi ollut viisasta pitää päiväkirjaa tai videoida kuoroharjoituksia, joissa olen työtapoja kokeillut, jolloin työtapojen hyödyllisyyttä olisi helpompi perustella. Esittelemieni työtapojen käytöstä on kokemusta vain minulla itselläni, ja olen huomannut, että siinä missä jokin idea toimii yhden kuoron kanssa loistavasti, ei toisen kuoron kanssa toimi välttämättä lainkaan. Käyttämäni työtavat ovatkin vain esimerkkejä siitä, miten harjoituksia voi soveltaa lapsikuorossa niin, että mukaan otetaan toiminnallisuutta tai lapsen osallistamista. Tämä työ ei kelpaa tällaisenaan oppaaksi lapsikuoronjohtajalle, mutta toivon sen antavan virikkeitä, herättävän ajatuksia ja ideoita muissakin. Itselleni näiden kirjaaminen ainakin toimii hyvänä lähtökohtana uusia kuoroprojekteja suunnitellessani. Nykyisen sosiaalisen median aikakautena tällainen työ voisi olla vaikka lähtökohtana lapsikuoronjohtajan toiminnallisten ja osallistavien työtapojen työkalupakille, jota rakennettaisiin yhdessä.

Tärkeämmäksi kuin yksittäiset työtavat tai niiden käyttö nousee mielestäni kuoronjohtajan innostunut ja kuunteleva asenne kuoroa ja kuorolaisia kohtaan, avoin mieli ja rohkeus kokeilla tehdä asioita toisin. Kun tekee työtä johon liittyy vahvasti ihmissuhteet, ei ole olemassa valmiita kaavoja vaan täytyy laittaa peliin oma persoona ja luovuus. Jos antaa paljon itsestään, on mahdollisuus myös saada paljon takaisin.

## 6 Pohdintaa

Tämän opinnäytteen kirjoittaminen on ollut itselleni ammatillinen kehitysprosessi ja suurin merkitys tällä työllä on minulle itselleni. Työ sai alkunsa siitä, kun lähdin miettimään, miten voisin parantaa yhteishenkeä ja harrastukseen sitoutumista lapsikuorossa. Olen kokenut itse kuorolaulajana kuoroharrastuksen aina yhteisöllisenä itsessään, mutta tässä työssä halusin pohtia erityisesti sitä, miten voin itse kuoronjohtajana vaikuttaa yhteishenkeen kuorossa nimenomaan harjoituttamistilanteissa. Avainasemassa ovat mielestäni osallistavat ja toiminalliset harjoitteet, jotka kehittävät lapsen vuorovaikutustaitoja, toisten huomioonottamista, kuuntelua ja itsetuntoa.

Tämä työ on ollut itselleni tie kohti kokonaisvaltaista musiikkikasvatusta lapsikuorossa, ja se tie on vasta alussa. Olen ottanut kehittämiäni työtapojen sovellutuksia käyttöön työssäni ja saanut niistä myönteisiä kokemuksia. Olen kokenut, että pelkästään oma asennoitumiseni kuorotyötä kohtaan lasta kuuntelevalla ja arvostavalla tavalla on vaikuttanut positiivisesti kuoron yhteishenkeen ja antanut sitä kautta myös hyvät mahdollisuudet musiikillisten tavoitteiden toteuttamiseen. Opinnäytetyön kirjoittamisen aikana on kuorotyö tullut minulle myös entistä läheisemmäksi ja rakkaammaksi. Aiheeseen ja lähdekirjallisuuteen syvemmin perehtyessäni olen myös pikkuhiljaa alkanut entistä paremmin ymmärtää, miten merkityksellistä ja tärkeää lapsikuorotyö on.

Jotain kuoroni yhteisöllisen tavoitteen toteutumisesta kertonee syyskauden päätteeksi CandoMini-kuorosta saamani palaute: ”Kuorossamme on ehkä parasta se, että kaikki ovat kavereita keskenään, eikä kukaan jää yksin.” Tällöinhän kuorolla tuntuisi olevan merkittävää syrjäytymistä ehkäisevää annettavaa yhteiskunnalle puhumattakaan kauneudesta, musiikista ja kaikesta muusta onnellisuudesta, mihin se voikaan kasvattaa.

## Lähteet

Aaltonen, Aino. 2004. Tapiolan kuoron pedagoginen merkitys vuosina 1963-2003. Helsingin yliopisto. Soveltavan kasvatustieteen laitos. Pro Gradu-tutkielma

Aho, Kalevi. Musiikin harrastaminen ja lasten kehitys. Artikkelit Peda.net-sivustolla. [http://peda.net/veraja/piesko/pietarin\\_suomalainen\\_musiikki-instituutti/tutkimustietoa#.VSgWKBPPZHU](http://peda.net/veraja/piesko/pietarin_suomalainen_musiikki-instituutti/tutkimustietoa#.VSgWKBPPZHU). Luettu 15.4.

Ahonen, Kari. 2004. Johdatus musiikin oppimiseen. Helsinki Finn Lectura.

Anttila, Mikko & Juvonen, Antti. 2002. Kohti kolmannen vuosituhannen musiikkikasvatusta. Joensuu University Press.

Hakomäki, Hanna. 2007. Tarinasäveltämisen taito. PS-kustannus

Helenius, Aili & Lummelahti, Leena. 2013. Leikin käsikirja. Ps-kustannus

Karppila, Puurula & Ruokonen. 2001. Leikin ja taiteen lumous

Koistinen, Mari. 2003. Tunne kehosi - vapauta äänesi. Äänitimpurin käsikirja. Sulasol

Kronqvist, Eeva-Liisa & Pulkkinen, Minna-Leena. 2007. Kehityopsykologia - matkalla muutokseen. WSOY

Linnankivi, Marja, Tenkku, Liisa & Urho, Ellen. 1988. Musiikin didaktiikka. WSOY

Lähteenmäki, Sari. 2007. Ryhmäyttäminen ohjaajan työkaluna. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajakorkeakoulu. Kehittämishankeraportti.

Multasuo, Mirja. 2009. Lapsikuoronjohtaja - lapsen laulamisen ohjaajana ja kehittäjänä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Musiikin koulutusohjelma. Pedagoginen opinnäytetyö

Pihkanen, Timo. 2011a. Opas lasten laulamiseen. Sulasol

Pihkanen, Timo. 2011b. Lapset laulavat - tutkimus tavoitteellisesta lasten laulunopetuksesta ja opas opetuksen tueksi. Sibelius-Akatemia. Musiikkikasvatuksen osasto. Kehittäjäkoulutus. Lisensiaattityö.

Pohjola, Erkki. 1992. Tapiola Sound. WSOY

Ruokonen, Inkeri 2001. Äänimaisemia ja ilmaisun iloa musiikin kielellä. Teoksessa Karpinen, Seija & Puurula, Arja & Ruokonen, Inkeri. Taiteen ja leikin lumous. Tampere: Tammer-paino, 120-143.

Tenkanen-Lindeman, Susanna. 2014. Lasten kanssa laulaen: laulupedagogin kokemuksia lasten lauluopetuksesta. Metropolia ammattikorkeakoulu. YAMK opinnäytetyö.

Tuovila, Annu. 2003. "Mä soitan ihan omasta ilosta!" Pitkittäinen tutkimus 7–13-vuotiaiden lasten musiikin harjoittamisesta ja musiikkiopisto-opiskelusta. Sibelius-Akatemia. DocMus-yksikkö. Studia Musica 18. Väitöskirja.

Vilkko-Riihelä, Anneli & Laine, Vesa. 2005. Mielen maailma: kehityspsykologia. WSOY